RADY PRAKTYCZNE



1. *Sukieneczka z białego płótna dla 5-letniej dziewczynki, przybrana czerwonym haftem.*
2. *Sukieneczka bez rękawów z lekkiego materjału bawełnianego, wykończona wąską falbanką, w pasie przewiązanie z kolorowej aksamitki.*

DLA NASZEJ DZIATWY.



3 4

3. Fartuszek z kretonu w drobny rzucik.
4 Batystowy fartuszek, wykończony koroneczką.

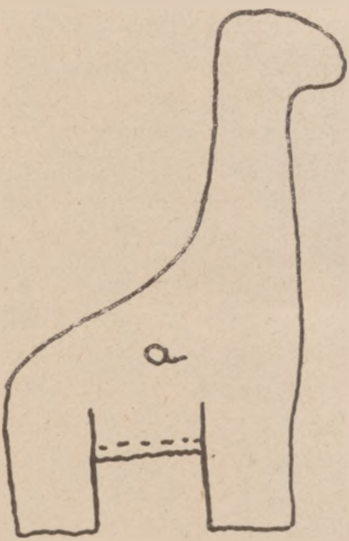
KILKA SUKIENECZEK DLA NAJMŁODSZYCH.



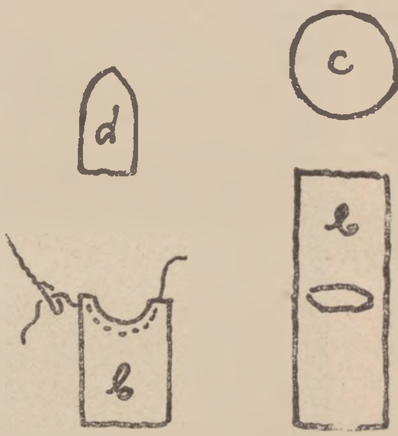
Nasza forma bibułkowa.

Żyrafa.

W tym miesiącu zrobimy żyrafę. Formy dokładne i bardzo proste ułatwią nam pracę. Dobrzeby było uszyć żyrafę z aksamitu, niekoniecznie nowego, gdyż w miejscach przetartych, bardziej zniszczonych można namalować lub naszyć z cienkiego materjału, nawet wyhaftować plamki, pokrywające żyrafę, w ciemniejszym kolorze niż ona. O ile brak aksamitu, może go równie dobrze zastąpić flanela, flora, cienkie sukno lub inne materjały gęsto tkane, by nie ciągnęły się łatwo we wszystkie strony. Żyrafa musi



być jasna — koloru beż, żółtego, jasnobronzowego, szarego i t. d. Przystępując do szycia zwierzątka, należy wyciąć po dwie sztuki każdej z podanych form bibułkowych. Tułów, forma a, zeszyć ze sobą wzdłuż brzuszka, następnie złożyć na połowę formę b i zeszyć wzdłuż łukowatego



brzegu. Zeszytą formę b przyszyć do przednich nóżek żyrafy od strony wewnętrznej. To samo zrobić należy z drugą formą b i przyszyć do tylnich nóżek, od strony wewnętrznej. Zkolei zeszyć żyrafę dookoła, zostawiając otwór niezaszyty na grzbiecie do napychania i cztery otwory u spodu nóżek do wszycia kółeczek formy c. Po dokładnem wypchaniu żyrafy i zaszyciu otworów, przyszywamy w tyle, po obu stronach głowy, uszy — formy d, zakładając przedtem na nich fałdkę pionową. Dla usztywnienia robimy uszy z podwójnego materjału. Potem robimy grzywę i ogonek z weł-

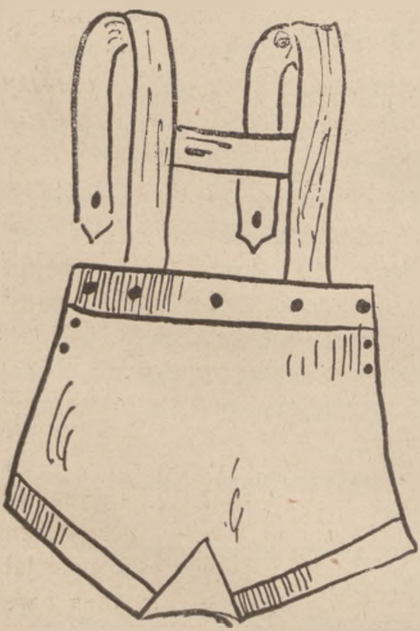
ny lub innych nici w ten sposób, że przeszywamy nić wzdłuż grzbietu szyi i zawiązujemy, jak frendzlę. Włos grzywy zrobiony powinien być przystrzyżony do wysokości 1 cm. Za ogonek posłuży niedopleciony do końca warkoczyk z wełny. A ostatecznym zabiegiem będzie, ustrojenie żyrafy w centki, namalowanie jej kopyt do 2 cm wysokości i wreszcie oczka. Grzywę, ogon, także kopytka można zrobić tego samego koloru co centki na niej, np. ciemno-bronzowe, bordo, czarne. Przypominam że przy szyciu szew musi być bezwzględnie jednakowy, by zwierzątko zachowało kształtny wygląd.



A. Mularska.

Majteczki ze lnu dla 2-letniego chłopczyka.

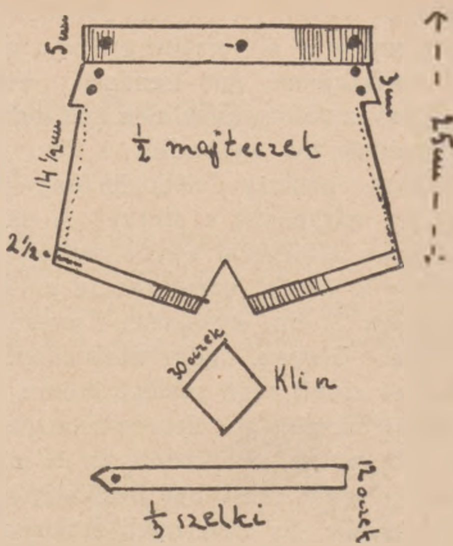
Materjał: 8 deka lnu „Goplana" marki firmy „Trójkąt w Kole", druty „Emos" Nr. 2.



Ściegi: ryż podwójny, ścieg francuski, ściągacz.

Opis, jak zrobić majteczki ze lnu, jest uzupełnieniem opisu z poprzedniego numeru i razem z bluzeczką tworzy bardzo ładną całość. Majteczki te, podczas upałów noszone są bez bluzki — wtedy przypinamy szelki.

Przód i tył robimy zupełnie jednakowo. Zaczynamy od góry. Na druty Nr. 2 nabieramy 90 oczek podwójną nitką i robimy ściągacz, ścisło, 1 oczko na prawo, 1 oczko na lewo, 5 cm wysoki. W ściągacz wrabiamy 2 dziurki (do guzików). Po ściągaczu zmieniamy ścieg na ryżowy podwójny. Po zrobieniu 3 cm prosto gubimy z każdej strony 5 oczek. To tworzy podkład do dziurek (ew. guzików) z boku. Na 20-ym cm dzielimy robótkę na dwie równe części, które



oddzielnie wykańczamy. Cała długość majteczek wynosi 25 cm, z czego ostatnie $2^1/_2$ cm robimy znów ściągaczem (patrz rysunek). Drugą część majteczek robimy identycznie.

Klinik: to kwadrat na 30 oczek, ścieg ryżowy.

Szeleczki: składają się z 3-ch części—2 długich, które zakańczamy śpiczasto, wrabiając ponadto jeszcze dziurki, i 1 krótkiej prostej poprzeczki; 12 oczek szerokość, ścieg francuski. Majteczki zeszywamy (na rysunku miejsce oznaczone kropkami) po uprzedniem wyprasowaniu.

E. Z.

Kuchnia dziecięca.

Przepisy na słodkie papki.

1. Kasza manna na mleku.

Wziąć.

15 gr. manny (3 łyżeczki od herbaty),

250 gr. mleka (1 szklnka),

10 gr. cukru (2 łyżeczki od herbaty),

szczyptę soli.

Sypać zwolna kaszę na gotujące się mleko, mieszając ciągle, dodać cukier i sól. Gotować do tej pory, dopóki kaszka nie nabierze pożądanej gęstości. Danie to jest bardzo łatwostrawne.

2. Ryż na mleku.

Wziąć:

30 gr. ryżu (2 łyżki stołowe),

250 gr. mleka (1 szklanka),

10 gr. cukru (2 łyżeczki od herbaty),

szczyptę soli.

Opłókać ryż parokrotnie w wodzie. Zalać mlekiem, wsypać cukier, sól i gotować 40 minut. Gdyby papka była zbyt gęsta, dolać trochę wody. Jeśli dzieci nie chciałyby jeść tej potrawy z powodu ziarnistości, można przed podaniem przetrzeć ją przez sito.

3. Płatki owsiane na mleku

Wziąć:

20 gr. płatków owsianych (1½ łyżki stołowej),

10 gr. cukru (2 łyżeczki od herbaty),

250 gr. mleka (1 szklanka),
szczyptę soli.

Płatki owsiane opłókać parokrotnie, a następnie namoczyć przez godzinę w wodzie. Po upływie tego czasu odlać wodę, zalać 250 gr. mleka, wsypać sól, cukier i gotować do zupełnego rozgotowania. Gdyby w czasie gotowania zbyt zgęsły, dolać trochę wody.

Używając płatków w opakowaniu, niema potrzeby moczyć przed gotowaniem i sam czas gotowania jest znacznie krótszy. Najlepiej stosować się ściśle do przepisu podanego na pudełku.

4. Papka z mąki, masła i mleka.

Wziąć:
20 gr. mąki (4 łyżeczki od herbaty],
20 gr. masła (kawałek jak orzech włoski),
10 gr. cukru (2 łyżeczki od herbaty),
250 gr. mleka (1 szklanka).
szczyptę soli.

Rozpuścić na ogniu masło, wsypać do niego mąkę, starannie rozmieszać, zalać mlekiem, wsypać cukier, sól i mięszając ciągle ugotować papkę pożądanej gęstości. Papka ta jest bardzo pożywna i łatwostrawna.

5. Papka z bułki.

Wziąć:
25 gr. bułki (pół bułki),
10 gr. cukru (2 łyż. od herbat.)
250 gr. mleka (1 szklanka),

Otrzeć 'ub okroić z czerstwej bułki skórkę, następnie namoczyć ją w mleku na pół godziny, rozetrzeć następnie w tem samem mleku na papkę i krótko gotować, na końcu osłodzić 2-ma łyżeczkami cukru.

6. Kaszka krakowska.

Wziąć:
15 gr. kaszki krak. (3 łyż. od herbaty),
10 gr. cukru (2 łyżeczki od herbaty),
250 gr. mleka,
szczyptę soli.

Gotuje się tak, jak papkę z manny

7. Kluseczki na mleku.

Wziąć:
30 gr. mąki (2 łyżki stołowe),
10 gr. cukru (2 łyż. od herbaty),
250 gr. mleka (1 szklanka),
szczyptę soli.

Zagniatamy ciasto, z którego po rozwałkowaniu możliwie jak najcieniej krajemy drobniutkie kluseczki. Kluseczki rzucamy na gotujęce się mleko i gotujemy przez 5-10 minut, zależy od tego czy są świeżo zagniecione czy też chwilę leżały. Do gotującego się mleka uprzednio wsypujemy cukier i sól.

Kluseczek kupnych używać nie wolno.

Wszystkie podane powyżej przepisy papek z wyjątkiem kluseczek mogą być przyrządzane z dodatkiem 2—3 łyżeczek soku cytrynowego, albo jakiegoś innego surowego soku ze świeżych owoców, których gotować nie wolno. Papka oblana sokiem będzie smacznem urozmaiceniem stołu dziecięcego. Wogóle, przy odżywianiu dziecka pamiętać należy o ciągłej odmianie zarówno samego rodzaju papek, jak i dodatków do nich. Tak więc, jednego dnia podajemy kluseczki na mleku, kiedy indziej kaszkę mannę, oblaną sokiem z pomarańczy, następnego dnia papkę z płatków z sokiem ze świeżych malin, ryż na

mleku bez dodatków i t. p Dodatki do potraw są jednak bezwględnie konieczne. Możemy również podawać soki owocowe rozcieńczone wodą, jako napój, a także, jak to omówimy bliżej w następnych numerach, soki owocowe dadzą się zastąpić ze względów oszczędnościowych sokami z wyciśniętych jarzyn.

Uwaga. Mówiąc o sokach owocowych, używanych w jadłospisie dziecięcym, musimy pamiętać, że mamy używać tylko surowych soków, gdyż przy gotowaniu ich giną cenne substancje odżywcze (witaminy).

Marja Anna Frostigowa.

Redakcja i Administracja: Litewska 16. Tel. 9-41-00. Konto P.K.O. 14.555
Prenumerata „MŁODEJ MATKI" płatna tylko z góry:
W kraju: rocznie zł. 10.—, półrocznie zł. 5.—, kwartalnie zł. 2.50.
Zagranicą: rocznie zł. 15.—, półrocznie zł. 7.50.
Prenumeratę dwutygodnika „MŁODA MATKA" przyjmują wszystkie księgarnie, oraz urzędy pocztowe w kraju i zagranicą.
Rękopisów Redakcja nie zwraca.
Redaktorka L. Czechowska przyjmuje interesantów w środy od godz. $15^{1}/_{2}$ do $16^{1}/_{2}$.

Wydawca: Polski Komitet Opieki nad Dzieckiem.

Redaktorzy: Dr. R. Barański i L. Czechowska.

Drukarnia M. Goleszewski i Syn, Warszawa, ul. Czerniakowska Nr. 131. Telefon Nr. 9-38-57